أذكار النوم الصحيحة

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

عَنْ حُذَيْفَةَ قَالَ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ قَالَ :

بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا

(مرة واحدة)

حديث صحيح

رواه البخاري

قيل معناه : أي بذكر اسمك أحيا ما حييت
وعليه أموت ، وقيل معناه : بك أحيا : اي
انت تحييني وانت تميتني

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

عَنْ حَفْصَةَ زَوْجِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا أَرَادَ أَنْ يَرْقُدَ وَضَعَ يَدَهُ الْيُمْنَى تَحْتَ خَدِّهِ ثُمَّ يَقُولُ :

اللَّهُمَّ قِنِي عَذَابَك
يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَك

(ثلاث مرات)

حديث صحيح

رواه أحمد والترمذي والبزار وصححه الألباني

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَقُولُ إِذَا أَخَذَ مَضْجَعَهُ :

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي كَفَانِي وَآوَانِي وَأَطْعَمَنِي وَسَقَانِي وَالَّذِي مَنَّ عَلَيَّ فَأَفْضَلَ وَالَّذِي أَعْطَانِي فَأَجْزَلَ الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى كُلِّ حَالٍ اللَّهُمَّ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ وَإِلَهَ كُلِّ شَيْءٍ أَعُوذُ بِكَ مِنْ النَّارِ

حديث صحيح

رواه أحمد وأبو داود والنسائي وصححه الألباني

(الحمد لله الذي كفاني) أي عن الخلق أعناني (وآواني) أي جعل لي مسكنا يدفع عني حري وبردي (والذي من) أي أنعم (فأفضل) أي زاد أو أكثر أو أحسن (فأجزل) أي فأعظم أو أكثر من النعمة (رب كل شيء) أي مربيه ومصلحه (ومليكه) أي مالكه

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ قَالَ:
مَنْ قَالَ حِينَ يَأْوِي إِلَى فِرَاشِهِ :

لاَ إِلهَ إِلاَّ اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، لاَ حَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللَّهِ ، سُبْحَانَ اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَلاَ إِلهَ إِلاَّ اللَّهَ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ

غفر الله ذنوبه أو خطاياه وإن كان مثل زبد البحر

(مرة واحدة)

حديث صحيح

رواه النسائي وابن حبان وصححه الألباني

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

قَالَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم : إِذَا أَوَى أَحَدُكُمْ إِلَى فِرَاشِهِ فَلْيَنْفُضْ فِرَاشَهُ بِدَاخِلَةِ إِزَارِهِ، فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي مَا خَلَفَهُ عَلَيْهِ، ثُمَّ يَقُولُ :

بِاسْمِكَ رَبِّ وَضَعْتُ جَنْبِي وَبِكَ أَرْفَعُهُ، إِنْ أَمْسَكْتَ نَفْسِي فَارْحَمْهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ



متفق عليه

بِدَاخِلَةِ إِزَارِهِ: أي طرف الإزار الذي يلي الجسد. قال النووي : معناه أنه يستحب أن ينفض فراشه قبل أن يدخل فيه، لئلا يكون فيه حية أو عقرب أو غيرهما من المؤذيات وهو لا يشعر، ولينفض ويده مستورة بطرف إزاره لئلا يحصل في يده مكروه إن كان شيء هناك

.مَا خَلَفَهُ عَلَيْهِ: أي ما حدث بعده في الفراش

.وَضَعْتُ جَنْبِي: أي الأيمن

.وَبِكَ أَرْفَعُهُ: أي بالحياة أو بالبعث

أَمْسَكْتَ: أي توفيت، وقبَضت روحي في النوم

أَرْسَلْتَهَا: أي رددتَ الحياة إليها، وأيقظتَها من النوم

فَاحْفَظْهَا: من المعصية ومخالفة أمر الله وأمر رسوله

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

أنَّ فَاطِمَةَ، أَتَتِ النبيَّ صَلَّى اللَّهُ عليه وَسَلَّمَ تَسْأَلُهُ خَادِمًا وَشَكَتِ العَمَلَ، فَقالَ: ما أَلْفَيْتِيهِ عِنْدَنَا قالَ: أَلَا أَدُلُّكِ علَى ما هو خَيْرٌ لَكِ مِن خَادِمٍ؟ تُسَبِّحِينَ ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ، وَتَحْمَدِينَ ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ، وَتُكَبِّرِينَ أَرْبَعًا وَثَلَاثِينَ، حِينَ تَأْخُذِينَ مَضْجَعَكِ

حديث صحيح

متفق عليه

(سبحان الله) (٣٣مرة)

(الحمد لله) (٣٣مرة)

(الله أكبر) (٣٤مرة)

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

قال رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : إِذَا أَوَيْتَ إِلَى فِرَاشِكَ فَاقْرَأْ آيَةَ الْكُرْسِيِّ لَنْ يَزَالَ عَلَيْكَ مِنْ اللَّهِ حَافِظٌ وَلَا يَقْرَبُكَ شَيْطَانٌ حَتَّى تُصْبِحَ

اللَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۗ مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِندَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ ۖ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

سورة البقرة – الآية (٢٥٥)

(مرة واحدة)

حديث صحيح

رواه البخاري

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

عن أبي هريرة أَنَّ أَبا بَكرٍ الصِّدِّيقَ قالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ مُرْنِي بِكَلمَاتٍ أَقُولُهُنَّ إِذَا أَصْبَحْتُ وإِذَا أَمْسَيتُ، قَالَ: قُلْ :

اللَّهُمَّ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ والأرضِ عَالمَ الغَيْب وَالشَّهَادةِ، ربَّ كُلِّ شَيءٍ وَمَلِيكَهُ. أَشْهَدُ أَن لاَ إِله إِلاَّ أَنتَ، أَعُوذُ بكَ منْ شَرِّ نَفسي وشَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكهِ

قَالَ: (قُلْها إِذا أَصْبحْتَ، وَإِذا أَمْسَيْتَ، وإِذا أَخذْتَ مَضْجِعَكَ)

حديث صحيح

رواه أبو داود والترمذي والنسائي وصححه الألباني

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

عن أبي هريرة أن النبي ﷺ كان إذا أوى إلى فراشه قال : إِذَا أَرَادَ أَحَدُنَا أَنْ يَنَامَ أَنْ يَضْطَجِعَ عَلَى شِقِّهِ الْأَيْمَنِ ثُمَّ يَقُول

اللَّهُمَّ رَبَّ السَّمَاوَاتِ وَرَبَّ الْأَرْضِ وَرَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ رَبَّنَا وَرَبَّ كُلِّ شَيْءٍ فَالِقَ الْحَبِّ وَالنَّوَى وَمُنْزِلَ التَّوْرَاةِ وَالْإِنْجِيلِ وَالْفُرْقَانِ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ شَيْءٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ اللَّهُمَّ أَنْتَ الْأَوَّلُ فَلَيْسَ قَبْلَكَ شَيْءٌ وَأَنْتَ الْآخِرُ فَلَيْسَ بَعْدَكَ شَيْءٌ وَأَنْتَ الظَّاهِرُ فَلَيْسَ فَوْقَكَ شَيْءٌ وَأَنْتَ الْبَاطِنُ فَلَيْسَ دُونَكَ شَيْءٌ اقْضِ عَنَّا الدَّيْنَ وَأَغْنِنَا مِنْ الْفَقْرِ

حديث صحيح

رواه مسلم

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ أَنَّهُ أَمَرَ رَجُلًا إِذَا أَخَذَ مَضْجَعَهُ قَالَ :

اللَّهُمَّ خَلَقْتَ نَفْسِي وَأَنْتَ تَوَفَّاهَا لَكَ مَمَاتُهَا وَمَحْيَاهَا إِنْ أَحْيَيْتَهَا فَاحْفَظْهَا وَإِنْ أَمَتَّهَا فَاغْفِرْ لَهَا اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ

حديث صحيح

رواه مسلم

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَكَفَانَا وَآوَانَا فَكَمْ مِمَّنْ لَا كَافِيَ لَهُ وَلَا مُؤْوِيَ

حديث صحيح

رواه مسلم

(كان إذا أوى إلى فراشه) أي انضم إليه ودخل فيه.

(كَفانا) : أي يَسَّر لنا الأُمورَ وَكَفانا المَؤُونَةَ أو دفع عنا شر المؤذيات أو كفى مهماتنا وقضى حاجاتنا.

(وآوانا) : أي جَعَلَ لنا مَأوىً نَأوي إليه.

(فكَمْ مِمَّنْ لا كافِيَ له ولا مُؤوِيَ) : أي لا كافيَ له شَأنَه ولا سَكَنَ يَأوي إليه أو فكم شخص لا يكفيهم الله شر الأشرار بل تركهم وشرهم حتى غلب عليهم الأعداء ، ولا يهيئ لهم مأوى بل تركهم يهيمون في البوادي ويتأذون بالحر والبرد.

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

قال رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : من قال إذا أوى إلى فراشِه

الحمدُ للهِ الذي كفَاني وآواني .

الحمدُ للهِ الذي أطعمَني وسقاني .

الحمدُ للهِ الذي منَّ عليَّ وأفضلَ ،

اللهمَّ إني أسألُك بعزَّتِك أن تُنَجِّيَني

من النارِ (فقد حمِدَ اللهَ بجميعِ محامدِ الخَلْقِ كلِّهم)

حديث صحيح

رواه البيهقي والحاكم وابن السني وصححه الألباني

(كفَاني) : أي: مِن شَرِّ المُؤذِياتِ.

(وآوانِي) : في مَسكَنٍ يَقيني الحَرَّ والبَرْدَ.

(مَنَّ عليَّ) : أي أنعَمَ عليَّ.

(وأفضَلَ) : أي زادَ في المَنِّ والنِّعَمِ.

(فقدْ حمِدَ اللهَ بجَميعِ محامِدِ الخلْقِ كلِّهم) : أي أدَّى الثَّناءَ على اللهِ بجَميعِ أصنافِ المحامِدِ الَّتي يَحمَدُ بها خلْقُ السَّمواتِ والأرضِ.

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

أنَّ النَّبيَّ صلَّى اللَّهُ عليه وسلَّم كانَ إذا أوَى إلى فِراشِهِ كُلَّ لَيْلَةٍ جمَع كَفَّيْهِ، ثُمَّ نَفَثَ فِيهِما، فَقَرَأَ فِيهِما: {قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ}، و{قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ}، و{قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ}، ثُمَّ يَمْسَحُ بهِما ما اسْتَطاعَ مِن جَسَدِهِ، يَبْدَأُ بهِما علَى رَأْسِهِ ووَجْهِهِ وما أقْبَلَ مِن جَسَدِهِ، يَفْعَلُ ذلكَ (ثَلاثَ مَرَّاتٍ)

حديث صحيح

رواه البخاري

كيفية القراءة والنفث والمسح على الجسد :

يجمع كفيه ثم يقرأ (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ)، و(قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ)، و(قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ) مرة واحدة

ثم ينفث في كفيه (النفث هو: هواء مع ريق خفيف)

ثم يمسح بهما وجهه ورأسه وما أقبل وما استطاع من جسده

ثم يقرأ مرة ثانية وينفث ويمسح كما في المرة الأولى

ثم يقرأ مرة ثالثة وينفث ويمسح

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

عَنْ جَابِرٍ :

أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كانَ لا ينامُ حتَّى يقرأَ ﴿ الم تَنْزِيلُ ﴾ و ﴿ تَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الملْكُ ﴾

حديث صحيح

رواه أحمد والترمذي والنسائي والحاكم وصححه الألباني

سورة السجدة : (الم. تَنزِيلُ الْكِتَابِ لا رَيْبَ فِيه ...) (يقرأها كاملة)
سورة املك : (تَبَارَكَ الَذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ ....) (يقرأها كاملة)

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

عن عَائِشَةُ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قالت :

كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا يَنَامُ حَتَّى يَقْرَأَ الزُّمَرَ وَبَنِي إِسْرَائِيلَ

حديث صحيح

رواه الترمذي وصححه الألباني

(بني إسرائيل) أي : سورة الإسراء

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لِنَوْفَلٍ : اقْرَأْ قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ ثُمَّ نَمْ عَلَى خَاتِمَتِهَا فَإِنَّهَا بَرَاءَةٌ مِنْ الشِّرْكِ

﴿ قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ (١) لَا أَعْبُدُ مَا تَعْبُدُونَ (٢) وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ (٣) وَلَا أَنَا عَابِدٌ مَا عَبَدْتُمْ (٤) وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ (٥) لَكُمْ دِينُكُمْ وَلِيَ دِينِ (٦) ﴾

(مرة واحدة)

معنى (ثم نم على خاتمتها) : أي نم على قراءتك السورة كلها أو اجعلها خاتمة كلامك وآخر ما تقول من الكلام

حديث صحيح

رواه أحمد وأبو داود والترمذي والنسائي وحسنه ابن حجر في (نتائج الأفكار) وصححه الألباني

أذكار النوم الصحيحة

عند النوم تقول

قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وُضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ ثُمَّ قُلْ :

اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ
وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ وَأَلْجَأْتُ
ظَهْرِي إِلَيْكَ رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ
لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنْجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ
آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ
وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ

(فَإِنْ مُتَّ مِنْ لَيْلَتِكَ فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ وَاجْعَلْهُنَّ آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ)

حديث صحيح

متفق عليه

أذكار الأرق والقلق والفزع من النوم الصحيحة

أذكار الأرق والقلق والفزع من النوم الصحيحة

عند الاستيقاظ ليلامن النوم وعند القلق والأرق تقول

عن عُبَادَةُ بْنُ الصَّامِتِ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ تَعَارَّ مِنْ اللَّيْلِ فَقَالَ :

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ الْحَمْدُ لِلَّهِ وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاللَّهُ أَكْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

ثُمَّ قَالَ : اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي أَوْ دَعَا اسْتُجِيبَ لَهُ فَإِنْ تَوَضَّأَ وَصَلَّى قُبِلَتْ صَلَاتُهُ

(تَعَارَّ) بتشديد الراء. أي : استيقظ

حديث صحيح

رواه البخاري

أذكار الأرق والقلق والفزع من النوم الصحيحة

عند الفزع من النوم وأراد أن ينام بعده تقول

عَنْ عَمْرِو بْنِ شُعَيْبٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ جَدِّهِ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يُعَلِّمُهُمْ مِنْ الْفَزَعِ كَلِمَاتٍ :

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ غَضَبِهِ وَشَرِّ عِبَادِهِ وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَنْ يَحْضُرُونِ

حديث صحيح

رواه أبو داود والترمذي وحسنه الألباني

أذكار الأرق والقلق والفزع من النوم الصحيحة

عند التقلب من جنب إلى جنب في الليل تقول

عن عائشة قالت : كان رسولُ اللهِ صلَّى اللهُ عليه وسلَّم إذا تضوَّر مِن اللَّيلِ قال :

لا إلـهَ إلَّا اللهُ الواحدُ القهَّارُ

ربُّ السَّمواتِ والأرضِ

وما بينَهما العزيزُ الغفَّارُ

(يقول ذلك إذا تقلب من جنب إلى جنب في الليل)

(تضوَّر مِن اللَّيلِ) أي : تلوّى وتقلب ظهرا لبطن من الوجع أو الجوع

حديث صحيح

رواه النسائي وابن حبان وابن منده واللفظ له وصححه الألباني

أذكار الأرق والقلق والفزع من النوم الصحيحة

ما يقول إذا رأى في المنام ما يحبه أو يكرهه

عن أبي سعيد الخُدْرِيِّ رضي الله عنه: أنه سمع النبي صلى الله عليه وسلم يقول :

إذا رأى أحدُكم رُؤيا يُحِبُّهَا، فإنما هي من الله تعالى، فليَحْمَد الله عليها، وَلْيُحَدِّث بها - وفي رواية: فلا يُحَدِّثْ بها إلا من يُحَبُّ- وإذا رأى غير ذلك مِمَّا يَكْرَه، فإنما هي من الشيطان، فَلْيَسْتَعِذْ من شَرِّهَا، ولا يَذْكُرْهَا لأحد؛ فإنها لا تضره

حديث صحيح متفق عليه

ماذا يفعل لو رأى حلما يسره ويحبه ؟

١- يحمد الله على الحلم الرؤيا لأنه من الله.

٢- يخبر من شاء أو من يحبه بما رأى.

وماذا يفعل لو رأى حلما يزعجه ويكرهه ؟

١- ينفث عن يساره (٣ مرات) النفث : هو هواء مع ريق خفيف

٢- يستعيذ بالله من الشيطان (٣ مرات) . أي يقول : أعوذ بالله من الشيطان الرجيم

٣- يستعيذ من شر ما رأى (٣ مرات) . . أي يقول : أعوذ بالله من شر هذا الحلم أو من شر (يذكر الشيء المزعج في الحلم)

٤- لا يحدث بها أحداً (لا يخبر أحداً عن الحلم)

٥- يتحول عن جنبه الذي كان عليه ويكمل نومه (أي لو كان نائماً على جنبه اليسار يتحول على جنبه اليمين والعكس) ٦- يقوم يصلي ركعتين إن أراد ذلك

أذكار الاستيقاظ من النوم الصحيحة

أذكار الاستيقاظ من النوم الصحيحة

عند الاستيقاظ من النوم تقول

كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا اسْتَيْقَظَ مِنْ مَنَامِهِ قَالَ :

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ

(مرة واحدة)

حديث صحيح

متفق عليه

أذكار الاستيقاظ من النوم الصحيحة

عند الاستيقاظ من النوم تقول

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ
أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ
إِذَا اسْتَيْقَظَ أحدُكم فَلْيَقُلْ :

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي عَافَانِي فِي جَسَدِي وَرَدَّ عَلَيَّ رُوحِي وَأَذِنَ لِي بِذِكْرِهِ

حديث صحيح

رواه الترمذي وقال حديث حسن وحسنه الألباني

أذكار الاستيقاظ من النوم الصحيحة

عند الاستيقاظ من النوم تقول

اسْتَيْقَظَ رَسولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عليه وسلَّمَ، فَجَلَسَ يَمْسَحُ النَّوْمَ عن وجْهِهِ بيَدِهِ، ثُمَّ قَرَأَ العَشْرَ الآيَاتِ الخَوَاتِمَ مِن سُورَةِ آلِ عِمْرَانَ

﴿ إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ۝ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَى جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ۝ رَبَّنَا إِنَّكَ مَنْ تُدْخِلِ النَّارَ فَقَدْ أَخْزَيْتَهُ وَمَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ ۝ رَبَّنَا إِنَّنَا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَفَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ ۝ رَبَّنَا وَآتِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَى رُسُلِكَ وَلَا تُخْزِنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ الْمِيعَادَ ۝ فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّي لاَ أُضِيعُ عَمَلَ عَامِلٍ مِّنكُم مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى بَعْضُكُم مِّن بَعْضٍ فَالَّذِينَ هَاجَرُواْ وَأُخْرِجُواْ مِن دِيَارِهِمْ وَأُوذُواْ فِي سَبِيلِي وَقَاتَلُواْ وَقُتِلُواْ لأُكَفِّرَنَّ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَلأُدْخِلَنَّهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الأَنْهَارُ ثَوَابًا مِّن عِندِ اللَّهِ وَاللَّهُ عِندَهُ حُسْنُ الثَّوَابِ ۝ لاَ يَغُرَّنَّكَ تَقَلُّبُ الَّذِينَ كَفَرُواْ فِي الْبِلادِ ۝ مَتَاعٌ قَلِيلٌ ثُمَّ مَأْوَاهُمْ جَهَنَّمُ وَبِئْسَ الْمِهَادُ ۝ لَكِنِ الَّذِينَ اتَّقَوْاْ رَبَّهُمْ لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا نُزُلاً مِّنْ عِندِ اللَّهِ وَمَا عِندَ اللَّهِ خَيْرٌ لِّلأَبْرَارِ ۝ وَإِنَّ مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَمَن يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَمَا أُنزِلَ إِلَيْكُمْ وَمَا أُنزِلَ إِلَيْهِمْ خَاشِعِينَ لِلَّهِ لاَ يَشْتَرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ ثَمَنًا قَلِيلاً أُوْلَئِكَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ ۝ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ اصْبِرُواْ وَصَابِرُواْ وَرَابِطُواْ وَاتَّقُواْ اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ۝ ﴾

حديث صحيح

متفق عليه